క్లుప్తంగా

దెందులూరు ఆర్వోగా జేసీ లావణ్యవేణి



దెందులూరు: దెందులూరు నియోజకవర్గం ఎన్నికల రిటర్నింగ్ ఆఫీసర్‌గా జిల్లా జాయింట్ కలెక్టర్ బి.లావణ్యవేణి నియమితులయ్యారు. ఈ మేరకు రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం అధికారులు ఆదేశాలు జారీ చేశారు.

వైఎస్సార్ సీపీలో చేరిక



దుగ్గిరాలలో టీడీపీ నుంచి వైఎస్సార్ సీపీలోకి చేరిన యువతతో ఎమ్మెల్యే అబ్బయ్యచౌదరి

పెదవేగి : టీడీపీ కంచుకోట అయిన దుగ్గిరాలలో యువత భారీ సంఖ్యలో వైఎస్సార్ సీపీలో చేరారు. సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్ రెడ్డి నాయకత్వంలో వైఎస్సార్ సీపీ ప్రభుత్వం చేస్తున్న సంక్షేమాభివృద్ధికి, దెందులూరు నియోజకవర్గంలో చేపట్టిన అభివృద్ధికి ఆకర్షితులై పెదవేగి మండలం దుగ్గిరాల గ్రామానికి చెందిన టీడీపీ యువత గోరింకల నాని, భూపతి ఆనంద్, కోరు అమ్మన్ రాజ్, కలపర్తి నిఖిల్, పితా చరణ్, వంశీతోపాటు పలువురు ఎమ్మెల్యే అబ్బయ్య చౌదరి సమక్షంలో శనివారం రాత్రి వైఎస్సార్ సీపీలో చేరారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే వారందరికీ కండువాలు కప్పి వైఎస్సార్ సీపీలోకి సాదరంగా ఆహ్వానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజా ప్రతినిధులు, పార్టీ అధ్యక్షులు, సొసైటీ అధ్యక్షులు, వైఎస్సార్ సీపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు పాల్గొన్నారు

17 నుంచి గ్రామాల్లో వైఎస్సార్ సీపీ కార్యక్రమాలు

దెందులూరు: వైఎస్సార్ సీపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు నియోజకవర్గంలో ఆదివారం నుంచి ఐదు రోజులు (మార్చి 17 నుంచి 21 వరకు) కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని ఎమ్మెల్యే కొఠారు అబ్బయ్యచౌదరి సూచించారు. ఆదివారం ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రతి గ్రామంలో వైఎస్సార్ సీపీ జెండాను ఆవిష్కరించి కేక్ కట్ చేయాలన్నారు. గ్రామంలో ప్రతి గడపకు వెళ్లి జగనన్న ప్రభుత్వంలో ఎమ్మెల్యే అబ్బయ్య చౌదరి నాయకత్వంలో జరిగిన అభివృద్ధి సంక్షేమాన్ని ప్రజలందరికీ వివరించాలన్నారు. రాబోయే ఎన్నికల్లో ఒక ఓటు ఎమ్మెల్యే అబ్బయ్యచౌదరికి, మరో ఓటు ఎంపీ అభ్యర్థి కారుమూరి సునీల్‌కుమార్‌కు వేయాలని ప్రజలకు వివరించి వారి మద్దతును కోరాలని ఎమ్మెల్యే అబ్బయ్యచౌదరి వివరించారు.

ఘనంగా పెద్దింట్లమ్మ ఆలయ వార్షికోత్సవం



ప్రత్యేకాలంకరణలో పెద్దింట్లమ్మవారు

దెందులూరు: దెందులూరులో కాశీ కాలనీ సమీపంలోని పెద్దింట్లమ్మ ఆలయ 64వ వార్షికోత్సవం వైభవంగా నిర్వహిస్తున్నారు. ఆదివారం ఆలయ అర్చకులు, నిర్వాహకులు వివిధ పుష్పాలతో అమ్మవారికి ప్రత్యేకాలంకరణ చేశారు. ఈ నెల 25న గోకర్లేశ్వర జలదుర్గ అమ్మవార్ల కల్యాణం, ఎదుర్కోలు ఉత్సవం ఈ నెల 31న పెద్దింట్లమ్మవారి ఊరేగింపు నిర్వహించనున్నారు. ప్రతి రోజూ అమ్మవారి ఆలయంలో వివిధ ప్రాంతాలకు చెందిన భజన బృందాలతో భజన కీర్తనలు, అమ్మవారికి మేల్కొపు, శ్రీదేవి సుప్రభాతం, అఖండ దీపారాధన నిర్వహిస్తున్నారని వివరించారు.

రాచూరులో పల్లాలమ్మ ఆలయ వార్షికోత్సవం



పల్లాలమ్మవారికి అభిషేకాలు చేస్తున్న దృశ్యం

ఉంగుటూరు: రాచూరులో పల్లాలమ్మ అమ్మవారికి ఆదివారం నుంచి వార్షికోత్సవ పూజలు ప్రారంభమయ్యాయి. విఘ్నేశ్వర పూజ, పుణ్యాహవాచనం, దీక్షావస్త్ర దారణ, రుత్వికవరణ, కలశస్థాపన, పంచగవ్య ప్రాశన, దీక్షాధారణ, రక్షాబంధనధారణ, 11 రకాల విశేష ద్రవ్యాలతో అమ్మవారికి అభిషేకాలు చేశారు. ఆలయ కమిటీ కన్వీనర్ శ్రీనివాసరెడ్డి సభ్యులు ఆధ్వర్యంలో పూజలు చేస్తున్నారు. ఉత్సవాలు 19వ తేదీ వరకు నిర్వహించనున్నట్టు శ్రీనివాసరావు తెలిపారు.

పొందికైన చేతిరాతతో అదనపు మార్కులు

నేటి నుంచి పదో తరగతి పబ్లిక్ పరీక్షలు

భీమడోలు: కొద్దిపాటి మెలకువలను పాటించి అక్షరాలు ముత్యాల్లా రాసే అలవాటును సొంతం చేసుకుంటే పరీక్షల్లో అదనపు మార్కులు, తద్వారా మెరుగైన ఫలితాలను సొంతం చేసుకోవచ్చునని విద్యావేత్తలు అంటున్నారు. పరీక్షల తర్వాత ప్రశ్నాపత్రాలను మూల్యాంకనం చేసే టీచర్ల మనస్సును హత్తుకొనేలా పొందికైన అక్షరాలతో దస్తూరి ఉంటే మంచి మార్కులు సాధించొచ్చని సూచిస్తున్నారు. నేర్చుకోవాలనే ధ్యాస, నిరంతర సాధన ద్వారా కేవలం 21 రోజుల్లో దస్తూరీలో గణనీయమైన మార్పును సాధించవచ్చు.

30వ తేదీ వరకూ పరీక్షలు

ఈనెల 18వ తేదీ సోమవారం నుంచి 30వ తేదీ వరకు పదో తరగతి పరీక్షలు నిర్వహించనున్నారు. పరీక్షల నిర్వహణపై సంబంధిత అధికారులు పటిష్టమైన ఏర్పాట్లు చేసారు. పరీక్ష ఉదయం 9.30 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 12.45 గంటలకు వరకు కొనసాగుతాయి.ఉంగుటూరు నియోజకవర్గంలోని నాలుగు మండలాల్లో ఏర్పాటు చేసిన 20 పరీక్షా కేంద్రాల్లో 4,077 మంది విద్యార్థులు పరీక్షలు రాస్తారు.



ఎంఎంపురంలో చేతిరాతపై విద్యార్థులకు అవగాహన కల్పిస్తున్న ఎంఈవో- 2 భాస్కర్‌కుమార్ (ఫైల్)

మండలం	కేంద్రాల సంఖ్య	ప్రభుత్వ	ప్రైవేటు విద్యార్థులు	విద్యార్థుల సంఖ్య
భీమడోలు	06	1,220	310	1,530
ఉంగుటూరు	05	750	303	1,053
నిడమర్రు	03	365	80	445
గణపవరం	06	860	189	1,049

పకడ్బందీగా ఏర్పాట్లు



పదో తరగతి పరీక్షలకు నిర్వహణకు సర్వం సిద్ధం చేసాం. ఏడాదిపాటు కష్టించి చదివిన బాలబాలికలు ఎటువంటి ఆందోళన చెందకుండా పరీక్షలు రాయాలి. ఇప్పటికే వారికి ఉపాధ్యాయులు చక్కని తర్ఫీదును అందించారు. మండల వ్యాప్తంగా ఆరు సెంటర్లలో 1,530మంది విద్యార్థులు పరీక్షలు రాస్తారు. 68 మంది ఇన్విజిలేటర్లను నియమించాం.

– ఈదుపల్లి శ్రీనివాసరావు, ఎంఈవో, భీమడోలు

పరీక్షకు ఒక గంట ముందుగా ఇన్విజిలేటర్లు సంబంధిత కేంద్రానికి చేరుకోవాలి. అరగంట ముందుగా విద్యార్థులను అనుమతిస్తారు. ప్రభుత్వం పరీక్షల నిర్వహణకు పగడ్బందీ ఏర్పాట్లు చేసింది. విద్యార్థులకు ఎటువంటి ప్రయాణ ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా ఉచిత బస్ సౌకర్యాన్ని కల్పించారు.

యాదవుల సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి

దెందులూరు: యాదవుల సమస్యల పరిష్కారానికి సంఘం బలోపేతం చేసేందుకు అఖిల భారత యాదవ మహాసభ ఏపీ రాష్ట్ర యువజన విభాగం అధ్యక్షుడు బూరుగుబోయిన శ్రీనివాసరావు కృషి చేయాలని ఏలూరు జిల్లా రేషన్ డీలర్ల సంక్షేమం సంఘం అధ్యక్షుడు, దెందులూరు మండల వైఎస్సార్ సీపీ ఉపాధ్యక్షుడు తలారి రామకృష్ణ అన్నారు. ఆదివారం పోతునూరులో రాష్ట్ర పర్యటనలో భాగంగా శ్రీనివాసరావును, రామకృష్ణ కలిశారు. యాదవుల సమస్యలు, డీలర్ల సమస్యలపై వినతిపత్రం అందించారు. అనంతరం రాష్ట్ర అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైనందుకు సత్కరించి జ్ఞాపికను అందజేశారు.

ఎన్నికల కోడ్ అమలు

ఉంగుటూరు: నియోజకవర్గంలోని నాలుగు మండలాల్లో కోడ్ ఆఫ్ కాండాక్ట్ అమలులోకి వచ్చిందని ఎన్నికల సహాయ రిటర్నింగు అధికారి వెంకట శివయ్య తెలిపారు. భీమడోలు, గణపవరం, నిడమర్రు, ఉంగుటూరు మండలాల్లో ఎంపీడీవోల ఆధ్వర్యంలో పంచాయతీ కార్యదర్శులు వివిధ రాజకీయ పార్టీల వారి ఫ్లెక్సీలు, ప్రభుత్వ కార్యాలయల్లో ఉండే చిత్ర పటాలు తొలగించినట్లు తెలిపారు. బృందాలు నియోజకవర్గంలో పర్యవేక్షణ మెదులుపెట్టారని అన్నారు. ప్రజలు సహకరించాలని శివయ్య కోరారు.

పేదల పక్షపాతి ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్

- జెడ్పీ చైర్ పర్సన్ ఘంటా పద్మశ్రీ
- పెదపాడు మండలంలో 'నేను సిద్ధం- మా ఊరు సిద్ధం'



పెదపాడులో నేను సిద్ధం- మా ఊరు సిద్ధంలో పాల్గొన్న జెడ్పీ చైర్ పర్సన్ ఘంటా పద్మశ్రీ, బీసీ సెల్ అధ్యక్షుడు ఘంటా ప్రసాదరావు

పెదపాడు: పేదల పక్షపాతి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి మళ్లీ ముఖ్యమంత్రి అయ్యేందుకు కార్యకర్తలంతా సిద్ధంగా ఉండాలని జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ ఘంటా పద్మశ్రీ ప్రసాదరావు తెలిపారు. పెదపాడు మండలంలోని సత్యవోలు, పెదపాడులో జగన్‌మోహన్ రెడ్డిని ముఖ్యమంత్రిగా మరోసారి గెలిపించేందుకు నేను సిద్ధం- మా ఊరు సిద్ధం కార్యక్రమం నిర్వహించారు. జెడ్పీ చైర్ పర్సన్ పద్మశ్రీ ఇంటింటికీ వెళ్లి ఫ్యాను గుర్తుపై రెండు ఓట్లు వేసి ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి అబ్బయ్యచౌదరిని, ఎంపీ అభ్యర్థి కారుమూరు సునీల్‌కుమార్ యాదవ్‌ను గెలిపించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో చైర్మన్‌తో పాటు బీసీ సెల్ అధ్యక్షుడు ఘంటా ప్రసాదరావు, పెదపాడు సొసైటీ అధ్యక్షుడు అక్కినేని రాజశేఖర్ పాల్గొని గడపగడపకూ వెళ్లి వైఎస్సార్ సీపీ అభ్యర్థులను ఆశీర్వదించాలని కోరారు. సత్యవోలులో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో సత్యవోలు సర్పంచ్ రంభ ఉమామహేశ్వరి, కొట్నాన వెంకట్రావు, కునుకు వెంకట్రావు, ఉపసర్పంచ్ పెంకి శివ శ్రీనివాస్, తెంటు శ్రీనివాసరావు, పాలవలస శ్రీనివాసరావు, గుణుపూరు మహేష్, పెదపాడులో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో వైస్ ఎంపీపీ రెడ్డి స్వర్ణకుమారి, రాజుపేట సర్పంచ్ తొందురు క్రాంతి కుమార్, మాజీ ఎంపీటీసీ కైలే శాంతి శిరీషా, ఉపసర్పంచ్ చేపేని కృష్ణ.



గోపన్నపాలెంలో ప్రచారం నిర్వహిస్తున్న సర్పంచ్ నాగమల్లేశ్వరీ కుమార్, ఏనుగు రామాంజనేయులు

నాయకులు గోకా శంకరరావు పాల్గొన్నారు. అప్పన వీడులో మండల కన్వీనర్ ఏఎంసీ చైర్మన్ అప్పన ప్రసాద్ ఆధ్వర్యంలోను, వట్లూరులో జిల్లా రైస్ మిల్లర్స్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు ఆళ్ల సతీష్‌చౌదరి ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు.

గోపన్నపాలెంలో నేను సిద్ధం- మా ఊరు సిద్ధం

దెందులూరు: వైఎస్సార్ సీపీ ప్రభుత్వం అమలు చేసిన సంక్షేమ, అభివృద్ధి పథకాలను పార్టీ శ్రేణులంతా ఇంటింటికీ వెళ్లి వివరించాలని వైఎస్సార్ సీపీ వ్యవసాయ సలహా మండలి మండల చైర్మన్ కొండేటి గంగాధరబాబు అన్నారు. ఆదివారం గోపన్నపాలెంలో సర్పంచ్ కోటే నాగమల్లేశ్వరి కుమార్, పార్టీ గ్రామ కమిటీ అధ్యక్షుడు ఏనుగు రామాంజనేయులు ఆధ్వర్యంలో నేను సిద్ధం – మా ఊరు సిద్ధం కార్యక్రమం నిర్వహించారు. తొలుత సర్పంచ్ కేక్ కట్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ రెండు నెలల పాటు వైఎస్సార్ సీపీ కుటుంబ సభ్యులందరూ సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి, ఎంపీ అభ్యర్థి కారుమూరి సునీల్ కుమార్, ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థి కొఠారు అబ్బయ్య చౌదరి విజయానికి సైనికుల్లా కృషి చేయాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీటీసీలు సువ్వా ప్రభుదాసు, ఏనుగు అంజలి ప్రసాద్, పార్టీ నాయకులు వీరంకి సత్యనారాయణ, తోట పద్మారావు, మోర్ల సుబ్బారావు, మోదుగు రామాంజనేయులు, పసుమర్తి శ్రీనివాస్, గృహ సారథులు, వార్డు సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

రామలింగేశ్వరస్వామి ఆలయ ప్రతిష్ఠకు ఏర్పాట్లు



సత్యవోలులో శివాలయం ప్రతిష్ఠ కార్యక్రమం కరపత్రాలను విడుదల చేస్తున్న జెడ్పీ చైర్‌పర్సన్ ఘంటా పద్మశ్రీ, కమిటీ సభ్యులు

పెదపాడు: సత్యవోలులో గంగా పార్వతీ సమేత రామలింగేశ్వరస్వామి ఆలయ ప్రతిష్ఠ పనులు వేగంగా సాగుతున్నట్లు ఉమ్మడి జెడ్పీ చైర్ పర్సన్ ఘంటా పద్మశ్రీ తెలిపారు. పెదపాడు మండలంలోని సత్యవోలు, ఎస్ కొత్తపల్లి గ్రామస్తులు నిర్మిస్తున్న గంగా పార్వతీ సమేత రామలింగేశ్వర స్వామి ఆలయ ప్రతిష్ఠకు ఏర్పాట్లు, యాగశాల పనులు, అన్నసమారాధన స్థలాన్ని ఆదివారం ఆమె పరిశీలించారు. ఈనెల 23 నుంచి 27వరకు నిర్వహించనున్న ప్రతిష్ఠా మహోత్సవంలో పరిసర ప్రాంత ప్రజలు పాల్గొనాలని కోరారు. 27న బుధవారం సమస్త యంత్ర విగ్రహ, ధ్వజ, శిఖర ప్రతిష్ఠ కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తారని చెప్పారు. 27న అన్నసమారాధన కార్యక్రమం నిర్వహించనున్నట్టు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏలూరు నియోజకవర్గ పరిశీలకుడు ఘంటా ప్రసాదరావు, బీసీ సెల్ అధ్యక్షుడు ఘంటా ప్రసాదరావు, సర్పంచ్ రంభ ఉమామహేశ్వరి, ఎంపీటీసీ రంభ నాగరాజు, ఆలయ కమిటీ సభ్యుడు బొమ్మి ప్రభాకరరావు, కొట్నాన వెంకట్రావు, గండివలస బాలకృష్ణ, టంగుడు ఆంజనేయులు, ఉపసర్పంచ్ పెంకి శ్రీనివాస్ పాల్గొన్నారు.

కుటుంబంలో ఒకరిని కోల్పోవడం తీర్చలేని బాధ



జగన్నాథపురంలో పెద్ద వెంకటరావు చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పిస్తున్న ఎమ్మెల్యే అబ్బయ్యచౌదరి

పెదవేగి : కుటుంబంలో ఒకరిని కోల్పోవడం అంటే ఎవ్వరూ తీర్చలేని బాధ అని ఎమ్మెల్యే కొఠారు అబ్బయ్యచౌదరి అన్నారు. పెదవేగి మండలం చక్రాయగూడెంలో బొట్ల రామారావు తల్లి వీరమ్మ ఆదివారం మరణించగా ఆమె భౌతిక కాయానికి ఎమ్మెల్యే అబ్బయ్యచౌదరి నివాళులర్పించారు. అనంతరం కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించి తన ప్రగాఢ సంతాపాన్ని వ్యక్తం చేశారు. అనంతరం పెదవేగి మండలం జగన్నాథపురంలో రాచప్రోలు పెద్ద వెంకటరావు సంతాప సభలో పాల్గొని ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి నివాళులర్పించారు. స్థానిక నాయకులు, ప్రజాప్రతినిధులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

జగనన్న మళ్లీ ముఖ్యమంత్రి కావాలని కోరుతూ ప్రార్థన

- గుణదల కొండపైకి శిలువ వద్ద విన్నపం
- 300 మెట్లు ఎక్కిన డిగ్రీ విద్యార్థినులు

దెందులూరు: రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి, వైఎస్సార్ సీపీ అధినేత వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి మళ్లీ అధికారం చేపట్టి సీఎం కావాలని కోరుతూ దెందులూరు, ద్వారకాతరుమల,ఏలూరుకు చెందిన ఏలూరు సెంట్ ఆన్స్ కళాశాలలో డిగ్రీ చదువుతున్న విద్యార్థినులు స్టెల్లా, ప్రియ, దీపిక ఆదివారం విజయవాడ గుణదల మేరీమాత కొండపైకి వెళ్లారు. మేరీమాత గుడి నుంచి గంటన్నర నడిచి 300 మెట్లు ఎక్కి శిలువ వద్దకు చేరుకున్నారు. శిలువ వద్ద వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి ముఖ్యమంత్రి కావాలని ఏసుక్రీస్తు వద్ద ప్రార్థించారు. వారి కోరికను కాగితంలో రాసి విన్నపాల పెట్టెలో వేశారు. విద్యార్థినులు మాట్లాడుతూ ఒకటో తరగతి నుంచి ఇంటర్ వరకు విద్యార్థులకు ఓట్లు లేకపోయినా వారి కోసం నాడు-నేడు మన బడి పథకం ఏర్పాటు చేసి విద్యాభివృద్ధికి జగనన్న కృషి చేశారని అన్నారు. దేశమంతా ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం వైపు చూసేలా పాఠశాలల అభివృద్ధి, మౌలిక వసతుల కల్పనను చిత్తశుద్ధితో చేసిన జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి మళ్లీ సీఎం అయితేనే ప్రతి ఒక్కరూ ఉన్నత విద్యనభ్యసించడం, పేద కుటుంబాలు అభివృద్ధి సాధ్యమవుతుందని వారన్నారు.



విజయవాడ గుణదల కొండపై శిలువ వద్ద ప్రార్థన చేసిన డిగ్రీ విద్యార్థినులు

ప్రభుత్వ పథకాలపై ఇంటింటి ప్రచారం

ఉంగుటూరు: వైఎస్సార్ సీపీకి ఓట్లు వేసి ఎమ్మెల్యే, ఎంపీ అభ్యర్థులను భారీ మెజార్టీతో గెలిపించాలని కోరుతూ ఆపార్టీ నాయకులు ఇంటింటా ప్రచారం సాగిస్తున్నారు. నారాయణపురంలో వైఎస్సార్ సీపీ మండల అధ్యక్షుడు మరడ మంగరావు, నాయకులు ఆదివారం ఇంటింటా ప్రచారం సాగించారు. కులమతాలకు, పార్టీలకు అతీతంగా అర్హతే ప్రామాణికంగా పథకాలు ప్రజలకు అందించిన ఘనత సీఎం జగన్‌కు దక్కుతుందన్నారు. ప్రభుత్వ పథకాలపై వారు ఇంటింటి ప్రచారం చేశారు. నారాయణపురంలో నిర్వహించిన ప్రచారంలో మంగరావు వెంట ఉపసర్పంచి మరడ సాంబశివరావు, ఎంపీటీసీ సభ్యుడు బండారు నాగరాజు, అరవెల్లి మహాలక్ష్మి, పార్టీ నాయకులు అడపా శ్రీను, మండల వైఎస్సార్ సీపీ మహిళా నాయకురాలు ఉండ్రాజవరపు గీతారాణి, బుజంగరావు, గోలిరామారావు, ఉండ్రాజవరపు మునలయ్య పాల్గొన్నారు. కైకరంలో వైఎస్సార్ సీపీ పంచాయతీరాజ్ జిల్లా అధ్యక్షుడు పుప్పాలగోపి ఆధ్వర్యంలో 14వ రోజు ప్రచారం సాగించారు. కొత్తమాలపల్లి, కొండయ్యపేటలో ప్రచారం చేశారు. నాయకలు కొరిపల్లి శ్రీను, మట్ట మురళి, పేడ్డ అప్పన్న పంతులు వెంకన్న గంజిరవి, గంజి ప్రభాకర్‌రావు, చిన్నం అలిల్



నారాయణపురంలో ఎన్నికల ప్రచారం చేస్తున్న వైఎస్సార్ సీపీ మండల అధ్యక్షుడు మరడ మంగరావు, నాయకులు



కైకరంలో ఎన్నికల ప్రచారం చేస్తున్న వైఎస్సార్ సీపీ నాయకులు పుప్పాల గోపి తదితరులు

విద్యార్థుల ఆరోగ్యానికీ పరీక్షే

- నేటి నుంచి పదో తరగతి పబ్లిక్ పరీక్షలు
- చదువుపైనే అందరి దృష్టి
- నిద్ర, పౌష్టికాహారానికీ ప్రాధాన్యం ఇవ్వాల్సిందే
- విద్యార్థులకు వైద్యుల సూచనలు

పెదవేగి : పరీక్షలు ఏడాది శ్రమ ఫలితానికి ప్రామాణికం. అందుకే వాటిపై విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు, బోధకులు ప్రత్యేక దృష్టి సారిస్తారు. పరీక్షలు సమీపిస్తున్న కొద్దీ విద్యార్థులను భయం, ఆందోళన ఆవరిస్తుంటాయి. ఆతృతతో విద్యార్థులు అధిక సమయం చదవడం, సకాలంలో పౌష్టికాహారం తీసుకోకపోవడం, నిద్ర పోకుండా



పరీక్షలకు సిద్ధమవుతున్న విద్యార్థులు (ఫైల్)

మానసిక ఒత్తిడికి గురవుతుంటారు. ఈ నేపథ్యంలో విద్యార్థులు తీసుకోవాల్సిన ఆరోగ్య జాగ్రత్తలపై సూచనలిస్తూ వారిలో మనోధైర్యాన్ని నింపుతున్నారు వైద్యులు.

పరీక్షల నిర్వహణ ఇలా...

మార్చి 18 నుంచి 30వ తేదీ వరకు పదో తరగతి పరీక్షలు కొనసాగనున్న నేపథ్యంలో 13 రోజుల పాటు విద్యార్థులు పరీక్షల వాతావరణంలో మసలుకోవాల్సి ఉంటుంది. దెందులూరు నియోజకవర్గంలో 3,891 మంది పదో తరగతి విద్యార్థులు పరీక్షలకు సన్నద్ధమవుతున్నారు.

పౌష్టికాహారం తీసుకోవాలి



శరీరం, మనస్సు ఒక దానికొకటి అవినాభావ సంబంధం కలిగి ఉంటాయి. మనం తీసుకునే ఆహారం ఈ రెండింటినీ ప్రభావితం చేస్తుంది. పరీక్షల సమయంలో మానసికంగా, శారీరకంగా ఆరోగ్యంగా ఉండాలి. పోషక విలువలున్న ఆహారాన్ని విధిగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. పరీక్షలు అయ్యే వరకూ సాత్వికాహారం తీసుకుంటే మంచిది.

– డాక్టర్ ఎల్ శ్రీనివాసరావు, కొప్పాక ఆయుర్వేద వైద్యశాల

అశ్రద్ధ తగదు



పరీక్ష కాలంలో ప్రతి క్షణం విలువైనదే. సమస్య ఏదైనా తలెత్తితే విద్యార్థి విలువైన సమయాన్ని కోల్పోతారు. రోజుకు ఆరు గంటల పాటు నిద్రపోవాలి. శరీరానికి, మెదడుకు తగిన విశ్రాంతి అవసరం.చిన్నపాటి తలనొప్పి, జ్వరం వచ్చినప్పటికీ ఏకాగ్రత దెబ్బతింటుంది. సమస్య పెద్దది కాకుండానే వైద్యుడ్ని సంప్రదించాలి.

– డాక్టర్ ప్రత్యుష, విజయరాయి పీహెచ్‌సీ

నీళ్లు బాగా తాగాలి



ఆహారంతోపాటు రోజుకు కనీసం 3 లీటర్ల నీటిని తాగాలి. ఉదయం రెండు నుంచి 3 గ్లాసుల నీరు తాగడంతో ప్రారంభం కావాలి. సాయంత్రం 6 గంటలవరకూ గంటకొక గ్లాసు చొప్పు న తాగాలి. భోజనం, ఇతర ఆహారం తీసుకోడానికి గంట ముందు నీరు తాగరాదు. తగినంత నీరు తాగనందు న తలనొప్పి, వికారం, నీరసంవచ్చి ఏకాగ్రత దెబ్బతింటుంది.

– పి పూర్ణిమ, పెదవేగి పీహెచ్‌సీ వైద్యాధికారి

దుందుడుకు ప్రవర్తన వద్దు



ఒక్కొక్కరు చిన్నపాటి సమస్యకు సైతం మితిమీరి దుందుడుకుగా స్పందిస్తుంటారు. అలాంటివి పెద్ద సమస్యలకు దారి తీస్తుంటాయి. పరీక్షల సమయంలో వివాదాలు, వాదనల జోలికి వెళ్లకుండా జాగ్రత్త పడాలి. సెల్‌ఫోన్ వాడకాన్ని తగ్గించడం ద్వారా కళ్లను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవాలి. సమయాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలి.

– డాక్టర్ మాధవి. పెదవేగి పీహెచ్‌సీ

రేపు కైకరంలో ఉచిత వైద్యశిబిరం

ఉంగుటూరు: కై కరం వనచర్ల ఫంక్షన్ హాలులో మంగళవారం వెన్నెముక, ఎముకులకు సంబంధించిన ఉచిత వైద్యశిబిరం నిర్వహిస్తున్నట్లు మానవత రీజియన్ చైర్మన్, ఉంగుటూరు మండల అధ్యక్షుడు గంజి రవి తెలిపారు. ఉదయం 9 నుంచి 1గంట వరకు ఉచిత వైద్యశిబిరంలో రూ.2,500 విలువచేసే ఎముక సాంద్రత తెలిపే పరీక్ష ఉచితంగా చేస్తారని, మందులు అందిస్తారని తెలిపారు. ఈ శిబిరంలో రాజమహేంద్రవరం వేద స్పైన్ ఆసుపత్రి స్పైన్ సర్జన్ తేజో ఫణీంద్ర, వైద్యసేవలు అందిస్తారని గోపి, రవి తెలిపారు.